

NOLLEBOKEN HT2021





Consensus

MEDICINSKA FAKULTETENS STUDENTKÅR

STORT GRATTIS till din plats här på Medicinska fakulteten!

Du har en spännande tid framför dig, början på en ny del av livet som utan tvekan kommer bli helt fantastisk.

Consensus är studentkåren för alla studenter vid Medicinska fakulteten på Linköpings universitet. Tillsammans med sektionen på ditt program ser vi till att din utbildning håller högsta kvalitet och att miljön du vistas i är den bästa möjliga för att du ska lyckas med dina studier. Som kårmedlem gör du din röst hörd på universitetet och får även tillgång till många rabatter, till exempel på kårhusen och många av deras event och rabatterat pris på gymkort på Actic.

Gå in på medlem.consensus.liu.se för att bli medlem! Du kan läsa mer om oss och vår verksamhet på www.consensus.liu.se.

En kår nära dig!

VÄLKOMMEN ÖNSKAR ERT FADDERI KRAFTEN



Stort grattis till din plats på fysioterapeutprogrammet och välkommen!

Det är vi som är fysioterapeuternas alldeles egna fadderi och det är vårt uppdrag att anordna en så maxad nollning som möjligt för er alldeles färska studenter. Fadderiet består av fysioterapeutstudenter från flera olika terminer som tycker mottagningen ska vara ett av de ROLIGASTE minnena från studietiden. Vill du veta mer om oss och vilka vi är? Kika gärna in på vår instagram och facebook. Men nog om fadderiet, låt oss nu göra detta till den bästa mottagning LiU någonsin har skådat!!!



@Kraften_fadderi



@KraFTenfadderi

Med kärlek, KraFTen ♥



CAFÉ ÖRAT

Ditt kårcafé

Café Örat är ditt kårcafé och drivs helt av studenter för studenter som en del av studentkåren Consensus verksamhet. Här kan du köpa kaffe och fika till ett studentvänligt pris, sitta och plugga eller umgås med dina vänner!

Café Örat ligger på bottenvåningen i Kårhuset Örat på Campus US.

Vill du ha gratis kaffe hela terminen och dessutom få gå på en härlig tackfest? Bli caféarbetare på Café Örat! Mer info får du i början av terminen.



Consensus

MEDICINSKA FAKULTETENS STUDENTKÅR

VÄLKOMMEN ÖNSKAR FYSIOTERAPEUTSEKTIONEN



Först och främst vill vi i Fysioterapeutsektionens styrelse hälsa dig hjärtligt välkommen till Fysioterapeutprogrammet. Vi hoppas och arbetar för att du ska trivas och få en fantastisk tid här!

Vi som skriver detta är studenter på programmet och del av Fysioterapeutsektionens styrelse. Vår uppgift är att bevaka och arbeta med utbildningskvalité, arbetsmiljö och att göra studietiden så bra och rolig som möjligt! Till oss kan du vända dig kring problem/synpunkter gällande utbildningen, arbetsmiljön eller har andra frågor/synpunkter så hjälper vi dig! Det finns inga dumma frågor!

Under hösten kan du bli medlem i Fysioterapeutsektionen vilket är en möjlighet som vi hoppas att du kommer ta! När du blir medlem i sektionen blir du automatiskt medlem i vår studentkår Consensus, vilka företräder alla medicin- och vårdutbildningar vid Linköpings universitet.

Genom att bli medlem tar du del av en hel del förmåner, t.ex. billigare kaffe/fika på studentfikat Örat, rabatt på biljetter till fester, LHC:s hemmamatcher, rabatt på gym-kort och får vara med på evenemang såsom sittningar, aktivitetsdagar, idrottstorsdagar med meral (Obs! Ingen aktivitet under NÖlle-P kräver medlemskap).

Du kommer att få mer information om oss och vårt arbete när vi ses, men just nu behöver du endast koncentrera dig på NÖlle-P och att lära känna dina nya klasskamrater. Vi hoppas och tror att du kommer att trivas jättebra på utbildningen!

Varma hälsningar, Fysioterapeutsektionens Styrelse 21/22 genom ordförande Alva Amrén

Mer info om oss finns att hitta på:

- Facebook: "Fysioterapeutsektionen" ([facebook.com/fysioterapeutsektionen](https://www.facebook.com/fysioterapeutsektionen))
- Instagram: "Fysioterapeutsektionen" ([instagram.com/fysioterapeutsektionen](https://www.instagram.com/fysioterapeutsektionen))
- Medlem kan man bli via <https://medlem.consensus.liu.se/>

VÄLKOMMEN ÖNSKAR REFLEX



Bästa FT-nollan!

Stort grattis till antagningen och välkommen till fysioterapeutfamiljen önskar alla vi från Reflex! Reflex? – Undrar du, vad är detta? Jo, Reflex är Fysioterapeutprogrammets festeri! Vår uppgift är att på olika sätt göra studietiden lite roligare med sittningar, pubkvällar, gyckel och andra tillställningar. Exempelvis anordnar vi SjukhUSfesten på vårterminen, vilket är en av de bästa festerna under hela året. Vi alla är sjukt taggade på att träffa er och ha skitkul tillsammans!

Puss och kram från HELA reflex,

genom Ebba Nordwall, Caput Major Reflex 21/22.



@Reflex



@Reflex_festeri



REGLER UNDER NOLLE-P

1§ Nolleskylten ska ALLTID hänga runt Nollans hals

2§ Nollan ska ALLTID bära sitt blåa Nolleband på huvudet (detta får du på plats av

faddrarna under Nolle-P)

3§ Färgkombinationen blått och vitt är strängt FÖRBJUDET att bära

4§ Nollan SKALL fjäska för faddrarna, detta belönas...

5§ Nollan MÅSTE vinna Nollympiaden

6§ Nollan får ABSOLUT INTE dansa till Michael Jacksons låt Billie Jean

7§ Nollan MÅSTE lära sig FT-dansen

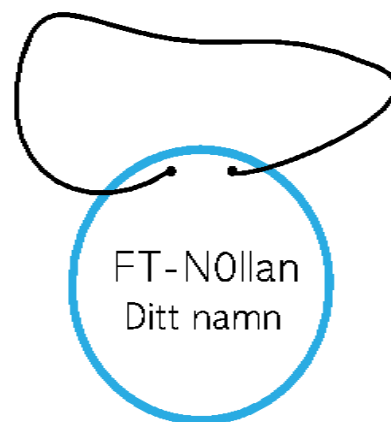
8§ Nollan SKALL vara snäll mot Ninja

Bryter Nollan mot någon av dessa regler kan vad som helst hända...

Hur du tillverkar din Nolleskylt!

1. Leta rätt på en bit skyltmaterial (förslagsvis kartong) och diverse verktyg.
2. Tillverka därefter en cirkel med exakt 30cm i diameter.
3. Gör en blå, 1cm bred ram runt skylten.
4. Skriv FT-Nollan överst och ditt förnamn en bit under.
5. Ta sedan ett verktyg och gör ett par hål i skylten att trä ett fint snöre genom. Snöret ska vara långt nog för att skylten ska kunna hänga runt halsen.
6. Färdigt! Ha på dig skylten första dagen på Nolle-P!

Tips! Kvalité på Nolleskylten är att föredra då det finns hungriga äldrekursare... OBS! Felaktigt konstruerad skylt kan leda till okända konsekvenser för FT-Nollan.



ORDLISTA

FT: Förkortningen av Fysioterapeutprogrammet.

FT-familjen: Din nya familj i Linköping som omfattar alla härliga studenter på fysioterapeutprogrammet.

Nolle-P: Står för "nolleperioden", vilket omfattar dina två första veckor på din utbildning som är till för att du ska känna dig välkommen till utbildningen, din klass och din nya stad.

Nollan: Detta är ni – nyblivna fysioterapeutstudenter– fram tills efter Nolle-P då du övergår till att bli ettan.

Fadderiet KraFTen: Det är tio studenter som går termin 2 – 5 som arrangerar och vägleder er genom Nolle-P.

Faddrar: Studenter som går termin 3 som finns här för er genom hela Nolle-P och även efter.

Blåklinten: En lunchrestaurang som erbjuder buffé, vilket kan vara ett bra alternativ när du glömt matlådan (Finns på Campus US, ingång 13).

Campus Norrköping: Ett Campus i grannstaden som också tillhör LiU där vissa utbildningar håller till.

Campus US: Här kommer du spendera mycket tid. Detta är vårt och övriga medicinska- och vårdutbildningars campus som hänger ihop med universitetssjukhuset (Kallas även för HU då det förut hette Hälsouniversitetet).

Campus Valla: LiU:s stora campus i Valla där du inte kommer vara särskilt mycket under utbildningen förutom när det är dags för tenta eller fest på Kårallen.

Cellskapet: Även kallat Cellis, är caféet i den stora glasentrén på Campus US där du kan köpa både mat och fika som kan behövas när pluggandet går

segt. (Har nu bytt namn till Deli marché men kallas fortfarande av alla för cellskapet).

Clinicum: Även kallat Clinican, det är här vi hänger när vi tränar färdighet på varandra.

Festeri: Nästan alla program har ett festeri, det är ett härligt gäng studenter som sjunger gyckel, ordnar fester, sittningar, aktivitetsdagar och massa annat kul som du som student får vara med på.

Flamman: Här finns både studentkorridorer och ett uteställe. Ni kommer troligtvis få bekanta er lite med detta ställe någon dag under Nolle-P.

Gyckel: Ett underhållande framträdande som oftast framförs av festerister.

HG: Ryds Herrgård i Ryds centrum. Här kommer du säkert få tillfälle att slå klackarna i taket då sittningar ibland hålls här.

I fas: Ett sällsynt tillstånd som alla studenter strävar efter...

KK: Kårhuset Kollektivet, ligger centralt i stan och är till för att du ska kunna sitta och plugga och fika på vardagarna och festa på kvällarna.

Kravall: Betyder "krav på overall". Det innebär stora och roliga fester där du festar iklädd ovve. Dessa Kravaller hålls nästan alltid på Kårallen.

Kulvert: Underjordiska gångar mellan husen på Campus US som du kommer få bekanta dig med under Nolle-P. Dessa är bra att kunna speciellt när det är kallt och regnigt ute och utomhusvägen inte längre lockar. Man får dock passa sig så man inte går vilse.

Kårallen: Ett hus på Campus Valla där många stora fester äger rum.

Linds café: Ligger i norra entrén på Campus US, där kan du köpa lunch och fika!

Lisam: Studentportalen där allt som rör utbildningen finns, bland annat studiehandledningen.

Matlåda: Som en spargris fast för mat, himla bra för att få CSN att räcka längre.

MB: Medicinska biblioteket. Kan ibland kallas HUB av äldrekursare då det tidigare hette Hälsouniversitetets bibliotek. Här finns i stort sett allt du behöver till din utbildning, massor utav böcker och datorer som du kan låna för att klara allt pluggande.

Märken: Finns att köpa i samband med de flesta studentarrangemang. Om tålamodet inte räcker till för att sy kan du alltid följa dina faddrars exempel och limma fast dem istället.

Nollolympiaden: En tävling under Nolle-P där alla Nollan på MedFaks olika program, där FT-Nollan ALLTID har vunnit! Då det inte är så pandemivänligt att ses mellan programmen gör vi det bästa av det och Nollan får tävla mot varandra istället, må bästa nollegrupp vinna!

Nolleskylt: Den skylt som Nollan tillverkar själv innan Nolle-P för att sedan bära under HELA Nolle-P tillsammans med Nolle-bandet som du får av faddrarna i början av Nolle-P.

Omtenta: Försök att undvika detta, med det kan hända även den bästa.

Ovve: En förkortning av "overall". D.v.s. den studentoverall som du kommer se dina faddrar traska runt i under hela Nolle-P. Du kommer att få köpa en alldeles egen sedan som du får pryda med massa fina märken efter roliga tillställningar och fester.

Ovveinvigning: En dag då ettan tillsammans med oss faddrar får inviga det finaste plagg ni äger, Ovven!

Reflex: Namnet på fysioterapeutprogrammets festeri!

SjukhUSfesten: En fest på KK som anordnas på våren av vårt alldeles egna festeri Reflex!

Studiehandledningen: Din blivande bästa vän som guidar dig genom hela utbildningen och kan hjälpa dig i strävan mot "i fas".

Tenta-P: Står för "tentaperiod".

Tenta: Händelse i slutet av varje kurs där du visar allt du lärt dig.

Örat: Namnet på Medicinska Fakultetens eget café där det godaste chokladbollarna och billigaste kaffet finns.

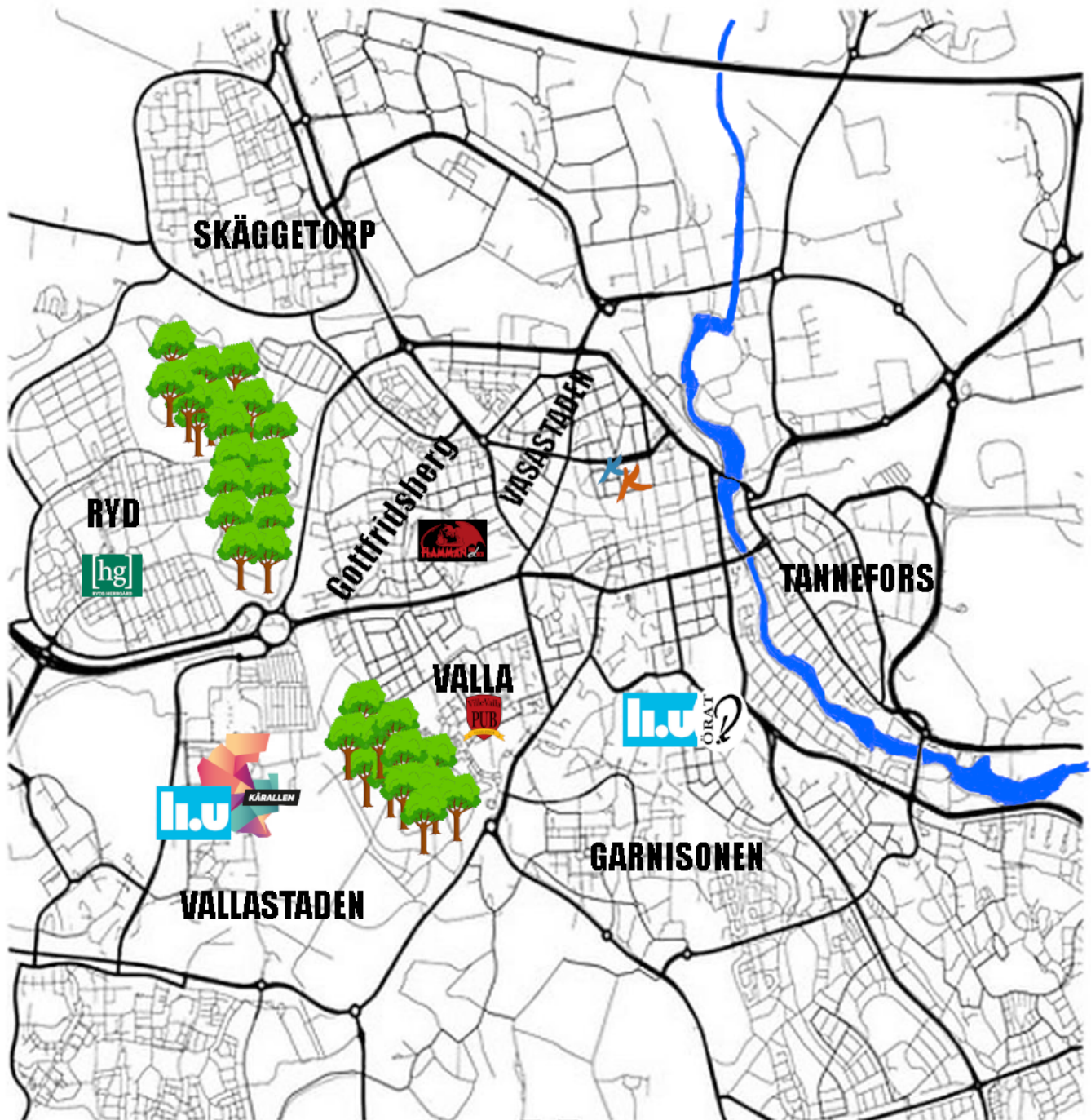
LINKÖPING UNIVERSITETS KÅRHUS



Kollektivet
Ett kårhus



Linköping



SCHEMA FÖR NOLLE-P

SCHEMA GRUPP POLLUX

DATUM	AKTIVITET	TID
Måndag 23/8	<p>Äntligen är det dags att kicka igång höstens Nolle-P med lite mingel och lära-känna lekar. Här får du träffa dina nya klasskamrater och faddrar för första gången och även få bekanta dig med din Nollegrupp som ni delas in i på plats. Längre ner i häftet kan du se vilka faddrar som tillhör vilken grupp. Vi dammar av våra danstalanger när vårt älskade Reflex kommer och lär oss FT-dansen!</p> <p>Därefter kommer vi bege oss vidare på en stadsvandring där vi bekantar oss med Linköping och varandra.</p>	<p>Samling i Kungsträdgården vid stadsbiblioteket</p> <p>14:00</p>
Tisdag 24/8	<p>Idag sätter vi samarbetet på prov när nollegrupperna tävlar mot varandra!</p> <p>Vad är festligare än ett festeri? Ett festeri som lär er hur en sittning går till såklart! Ladda upp med nåt gott att äta och gör dig redo för en kväll med fantastiska Reflex!</p>	<p>Fotbollsplan i T1</p> <p>10:00</p> <p>Zoom</p> <p>18:00</p>
Onsdag 25/8	<p>Vad är det som är blått och går en gång i timmen hela dagen? Jo, det är Campusbussen! Vi hoppar på den och besöker vår fina grannstad Norrköping för lite sightseeing i stan och på Campus Norrköping.</p> <p>Vi hämtar gemensamt ut våra LiU-ID på infocenter innan påstigning på bussen.</p>	<p>Samling utanför Växthuset, Campus US</p> <p>10:15</p>
Torsdag 26/8	<p>Leta reda på dina snyggaste utsvängda brallor och tintade glajjor, för nu är det äntligen dags för terminens första temasittning! Temat äääää... A blast from the past!</p>	<p>Ryds Herrgård [HG]</p> <p>17:45</p>
Fredag 27/8	<p>Vart hänger man om dagarna som student om inte på vårt älskade Campus US? Med alla dess kulvertar och olika hus kan det vara bra att lära sig hitta även där.</p> <p>Efter lite underjordisk orientering så får ni en liten paus innan era kära Gammelfaddrar bjuder på underhållning över Zoom! Vem är egentligen bäst i test?</p>	<p>Växthuset</p> <p>11:00</p> <p>Zoom</p> <p>17:00</p>
Lördag 28/8	<p>Snöra på gymaskorna och ta med vinnarskallen, för idag tävlar Nollan mot faddrarna! Gamla barndomsminnen väcks när faddrarna utmanar er på klassiska lekar som "Under hökens vingar kom" och "Säckhoppning", med andra ord, det kommer bli sjukt kul! Oömma kläder rekommenderas!</p>	<p>Skarpanbacken, Berga</p> <p>13:00</p>

	På kvällskvisten är det dags att bekanta er med era framtida kollegor när Paramedizoomen går av stapeln! Tillsammans med ArbetsterapeutNollan utmanar vi lokalsinnet genom en variant av På Spåret!	Zoom 17:00
Söndag 29/8	Vilodag! Passa på att ladda upp med matlådor inför första skolveckan.	
Måndag 30/8	Ställ en (eller många) väckarklockor för dagens första event vill du absolut inte missa (seriöst!!!) Som trogna fysios vet vi att uppvärmning är viktigt, så ikväll värmer vi upp inför morgondagens sittning med ett musikquiz! Fysioterapeutsektionen står för underhållningen och detta är ett ypperligt tillfälle att på bekanta sig med dom.	UPPROP <i>Återkommer med exakt tid och plats</i> Zoom 16:00
Tisdag 31/8	På med finkläderna och ladda upp för mottagningens finaste sittning med temat Glitter och Glamour. Detta KAN ni bara inte missa!!	Kårhuset Kollektivet (KK) 17:45
Onsdag 1/9	Nollympiaden är traditionellt sett en tävling mellan alla program på MedFak, legenden (och den heliga kon) säger att fysio aldrig har förlorat. Idag kommer ni få tävla mot varandra istället, må bäste nollegrupp vinna!	Stångebro gräsplan 16:00
Torsdag 2/9	Vad är egentligen PBL? Vilka böcker är bäst att använda? Idag kliver experterna in, nämligen faddrarna, för att svara på alla frågor som kan tänkas ha dykt upp efter skolstarten. Med sig har de även sina BÄSTA boktips inför terminen. Alla frågor är välkomna idag, allt från hur man hittar litteratur till vart godaste fikat i Linköping finns. På tal om fika, det kommer finnas på plats idag	Granitsalen 17:30
Fredag 3/9	Nu är det dags för KraFTens dag, en dag som KraFTen planerat särskilt åt er. Idag får ni chansen att ta er Nollegrupp till toppen av poängtavlan, så ta med vinnarskallen och ge oss allt ni har!	Scenen i Trädgårdsföreningen 18:30
Lördag 4/9	Den stora dagen är Ä-N-T-L-I-G-E-N här, det har blivit dags att dubbas till ETTA. Detta måste såklart firas, och det görs bäst med en brunch utan dess like!	Granitsalen 09:00

SCHEMA GRUPP HALLUX

DATUM	AKTIVITET	TID
Måndag 23/8	<p>Äntligen är det dags att kicka igång höstens Nolle-P med lite mingel och lära-känna lekar. Här får du träffa dina nya klasskamrater och faddrar för första gången och även få bekanta dig med din Nollegrupp som ni delas in i på plats. Längre ner i häftet kan du se vilka faddrar som tillhör vilken grupp. Vi dammar av våra danstalanger när vårt älskade Reflex kommer och lär oss FT-dansen!</p> <p>Därefter kommer vi bege oss vidare på en stadsvandring där vi bekantar oss med Linköping och varandra.</p>	<p>Samling i Kungsträdgården vid stadsbiblioteket</p> <p>10:00</p>
Tisdag 24/8	<p>Idag sätter vi samarbetet på prov när nollegrupperna tävlar mot varandra!</p> <p>Vad är festligare än ett festeri? Ett festeri som lär er hur en sittning går till såklart! Ladda upp med nåt gott att äta och gör dig redo för en kväll med fantastiska Reflex!</p>	<p>Fotbollsplan T1</p> <p>14:00</p> <p>Zoom</p> <p>18:00</p>
Onsdag 25/8	<p>Leta reda på dina snyggaste utsvängda brallor och tintade glajjor, för nu är det äntligen dags för terminens första temasittning! Temat äääää...A blast from the past!</p>	<p>Ryds Herrgård [HG]</p> <p>17:45</p>
Torsdag 26/8	<p>Vart hänger man om dagarna som student om inte på vårt älskade Campus US? Med alla dess kulvertar och olika hus kan det vara bra att lära sig hitta även där.</p>	<p>Samling utanför Växthuset, Campus US</p> <p>11:00</p>
Fredag 27/8	<p>Vad är det som är blått och går en gång i timmen hela dagen? Jo, det är Campusbussen! Vi hoppar på den och besöker vår fina grannstad Norrköping för lite sightseeing i stan och på Campus Norrköping.</p> <p>Vi hämtar gemensamt ut våra LiU-ID på infocenter innan påstigning på bussen.</p> <p>Efterår får ni hem och vila fötterna när era kära Gammelfaddrar bjuder på underhållning över Zoom! Vem är egentligen bäst i test?</p>	<p>Samling utanför Växthuset</p> <p>10:15</p> <p>Zoom</p> <p>17:00</p>
Lördag 28/8	<p>Snöra på gymaskorna och ta med vinnarskallen, för idag tävlar Nollan mot faddrarna! Gamla barndomsminnen väcks när faddrarna utmanar er på klassiska lekar som "Under hökens vingar kom" och "Säckhoppning", med andra ord, det kommer bli sjukt kul!</p> <p>Oömma kläder rekommenderas!</p>	<p>Skarpanbacken, Berga</p> <p>09:00</p>

	På kvällskvisten är det dags att bekanta er med era framtida kollegor när Paramedizoomen går av stapeln! Tillsammans med ArbetsterapeutNollan utmanar vi lokalsinnet genom en variant av På Spåret!	Zoom 17:00
Söndag 31/8	Vilodag! Passa på att ladda upp med matlådor inför första skolveckan.	
Måndag 30/8	Ställ en (eller många) väckarklockor för dagens första event vill du absolut inte missa (seriöst!!!) Som trogna fysios vet vi att uppvärmning är viktigt, så ikväll värmer vi upp inför morgondagens sittning med ett musikquiz! Fysioterapeutsektionen står för underhållningen och detta är ett ypperligt tillfälle att på bekanta sig med dom.	UPPROP <i>Återkommer med exakt tid och plats</i> Zoom 16:00
Tisdag 31/8	På med finkläderna och ladda upp för mottagningens finaste sittning med temat Glitter och Glamour. Detta KAN ni bara inte missa!!	Kårhuset Kollektivet (KK) 17:45
Onsdag 1/9	Vad är egentligen PBL? Vilka böcker är bäst att använda? Idag kliver experterna in, nämligen faddrarna, för att svara på alla frågor som kan tänkas ha dykt upp efter skolstarten. Med sig har de även sina BÄSTA boktips inför terminen. Alla frågor är välkomna idag, allt från hur man hittar litteratur till vart godaste fikat i Linköping finns. På tal om fika, det kommer finnas på plats idag	Granitsalen 16:00
Torsdag 2/9	Nu är det dags för KraFTens dag, en dag som KraFTen planerat särskilt åt er. Idag får ni chansen att ta er Nollegrupp till toppen av poängtavlan, så ta med vinnarskallen och ge oss allt ni har!	Scenen i Trädgårdsföreningen 18:30
Fredag 3/9	Nollympiaden är traditionellt sett en tävling mellan alla program på MedFak, legenden (och den heliga kon) säger att fysio aldrig har förlorat. Idag kommer ni få tävla mot varandra istället, må bäste nollegrupp vinna!	Stångebro gräsplan 16:00
Lördag 4/9	Den stora dagen är Ä-N-T-L-I-G-E-N här, det har blivit dags att dubbas till ETTA. Detta måste såklart firas, och det görs bäst med en brunch utan dess like!	Granitsalen 14:00

FADDRAR HT21

GRUPP VIT



NAMN: Evelina Knutsson

ÅLDER: 22

BOR: Vimanshäll

HEMHEMMA: Metropolen Odensbacken

FAVORITMUSKEL: Obturatorius externi

MATLÅDETIPS: WOK <3 Funkar ALLTID

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Tar ett dopp i stångån, när jag väl kommer dit

MOTTO: Hellre för mycket än lagom

TIPS TILL NÖLLAN: Det finns goda äpplen i TF....

"FUN FACT" OM MIG: Jag har ett viralt klipp på Youtube

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Utmana Emil i valfri tävling

NAMN: Emil Svensson

ÅLDER: 21 blöta somrar

BOR: Berusalem

HEMHEMMA: Fråga inte.

FAVORITMUSKEL: Brachioradialis (drickarmuskeln :)

MATLÅDETIPS: Någon form av kaloribomb (picadelli finns alltid nära till hands)

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Äter icke-kalorisnål mat och tränar

MOTTO: Livet är eländet mellan fyllorna

TIPS TILL NÖLLAN: Sätt ena foten framför den andra

"FUN FACT" OM MIG: Jag förstår inte vad Vanda säger när hon blir arg, pratar även rikssvenska

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Vinn över Lars Lennart i armbrytning (rätt fadder vet vem det är)



NAMN: Emma Carlsson

ÅLDER: 24 år

BOR: Valla

HEMHEMMA: Linköping

FAVORITMUSKEL: m. trapezius. En tjuvacke sitter inte helt fel om man ska kunna lyfta tungt.

MATLÅDETIPS: korvstroganoff med ris och frysta grönsaker

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Gymmar eller kollar om serien New girl.

MOTTO: Det kunde varit värre

TIPS TILL NOLLAN: Gratis är gott. Ta campusbussen om det går.

"FUN FACT" OM MIG: Jag är för lat för att skala en mango, så jag äter även skalet.

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Försök gå på/stå händer utan att slå ihjäl dig. Alternativt nämn en bra skräckfilm jag inte har sett.



NAMN: Vanda Valeskog (Valle)

ÅLDER: 23

BOR: Hejdegården

HEMHEMMA: Västervik

FAVORITMUSKEL: Serratus Anterior

MATLÅDETIPS: Tonfiskröra

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Tävlar i hoppning.

Deltar i crossfit-sekten på deltid.

MOTTO: Jag vill, jag kan, jag ska

TIPS TILL NOLLAN: Börja plugga tidigt så hinner du vara med på mer skoj sen. (& Fjäska mycket ;))

"FUN FACT" OM MIG: Jag pratar skånska när jag blir arg. Ingår i Alle-familjen.

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: sjung med eller för mig (Gärna disney <3)

NAMN: Ida Thelander

ÅLDER: 22

BOR: Vasastaden

HEMHEMMA: Ljungby

FAVORITMUSKEL: Infraspinatus

MATLÅDETIPS: Taco-färs och pasta med valfria grönsaker.

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Hänger på Friskis&Svettis, fikar med bra sällskap eller kollar om en bra serie.

MOTTO: Träning löser det mesta!

TIPS TILL NOLLAN: Våga fråga om du undrar något.

"FUN FACT" OM MIG: Lärde mig dricka kolsyrad dryck förra året, föredrar dock fortfarande okolsyrad dryck.

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Sjung valfri Mares-låt för mig tillsammans med en annan nollan. Plus för stämsång!





NAMN: Hanna Wagner

ÅLDER: 21

BOR: Vallastaden

HEMHEMMA: Borås

FAVORITMUSKEL: Mm. suboccipitales

MATLÅDETIPS: Portionen under tian och haricots verts

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Tränar (Friskis <3), tar promenader och hänger i skogen

MOTTO: Livet är som en brustablett, det löser sig

TIPS TILL NÖLLAN: Ta många promenader för att orka med plugget

"FUN FACT" OM MIG: Bakar bröd när jag är stressad

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Ge mig ditt bästa brödrecept!

GRUPP GRÖN



NAMN: Anna Ottink
ÅLDER: 22
BOR: Tannefors
HEMHEMMA: Gbg<3
FAVORITMUSKEL: Coracobrachialis
MATLÅDETIPS: Fyll den med mer än du tror, man blir alltid hungrig
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Väntar på Elin och Evelina vid badet - tidsoptimister...
MOTTO: Kom igen, det blir kull!
TIPS TILL NÖLLAN: Biblioteket är en guldgruva
"FUN FACT" OM MIG: Kan prata baklänges
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Bjud upp mig på dans

NAMN: Jonatan Stenqvist
ÅLDER: 23
BOR: Korridor i ryd <3
HEMHEMMA: Varberg
FAVORITMUSKEL: Gracilis
MATLÅDETIPS: Soldatens ärtsoppa alla dagar
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Ser på Hey baberiba!!
MOTTO: Kom igen det blir kull!
TIPS TILL NÖLLAN: Eddie är generös med klistermärken, smickra med disney. Be Paul berätta om Peol!
"FUN FACT" OM MIG: Kan inte rulla min tunga.
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Framföra ett gyckell
Alternativt bada i stångån. En kombination av dessa skulle vara fantastiskt.





NAMN: Therese Letalick

ÅLDER: 21

BOR: Irblosset

HEMHEMMA: Linköping

FAVORITMUSKEL: Mm. ischiocrurales

MATLÅDETIPS: Gör flera maträtter samtidigt och frys in - du sparar tid på det

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Spontana utflykter, tränar och umgås med vänner

MOTTO: Det vill bli bra!

TIPS TILL NOLLAN: Utnyttja allt du kan; studentrabatter, campusbussen, äldre kursare, gamla tentor, bostadsbidrag mm.

"FUN FACT" OM MIG: Kan räkna till 20 på nepalesiska

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Göra mig glad! (använd din fantasi)

NAMN: Ebba Hjelm

ÅLDER: 22 år

BOR: Johannelund

HEMHEMMA: Linköping

FAVORITMUSKEL: Trapezius pars ascendens

MATLÅDETIPS: Köp matlådor av glas

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Reharbar, lirar lite boll, klättrar på väggar och går långa promenader

MOTTO: "Jag måste prata lite med mig själv ibland förstår du, jag får så bra svar då"

TIPS TILL NOLLAN: Plugga inte på helgen

"FUN FACT" OM MIG: Har aldrig druckit energidryck

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Visa mig häftiga videos på skidåkning (helst på dig själv)



NAMN: Rebecka Wallberg

ÅLDER: 19

BOR: Innerstan

HEMHEMMA: Västervik bästevik <3

FAVORITMUSKEL: Cor (hjärtat)

MATLÅDETIPS: Sämst på matlådor. Nudelwok är enkelt och gott dock. Skulle man ändå misslyckas så har Deli Marche goda mackor!

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Rider häst och lyfter (ganska) tungt

MOTTO: Kom ihåg att Livet inte är ett tivoli. Det är en dans på rosor också!

TIPS TILL NOLLAN: Det är viktigt att ta vilodagar. Dock ej för ofta...

"FUN FACT" OM MIG: Är en lillgammal bokälskare av rang och har böcker till precis *allt*

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Prata med mig om Sagan om Ringen

GRUPP GUL



NAMN: Elias Kalathakis
ÅLDER: 20
BOR: Vasastan
HEMHEMMA: Sveriges golvbrunn
FAVORITMUSKEL: Quadriceps femoris
MATLÅDETIPS: Kyckling o ris (soja är viktigt)
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Är en big baller
MOTTO: Ingen minns en fegis
TIPS TILL NOLLAN: Gamla tentor är life
"FUN FACT" OM MIG: Har fött barn i form av flaska mitt på trädgårdsföreningen
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Tackar inte nej till massage

NAMN: Lina Larsson (Lalle)
ÅLDER: 21
BOR: Tannefors
HEMHEMMA: Säter
FAVORITMUSKEL: Popliteus
MATLÅDETIPS: Man kan dela/låna gaffel av en kompis! :)
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Dansar Just dance
MOTTO: Ropa inte hej förens du är förbi trädet.
TIPS TILL NOLLAN: Lita inte på Emil när han säger att du klarar dig hem själv, skaffa en cykelhjälm. Det finns frukt på clinicum.
"FUN FACT" OM MIG: Kunde göra masken (dåtid, fråga inte varför jag inte gör det längre), Är med i familjen -Alle
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Ge mig något jag kan kasta iväg (Du får hämta)



NAMN: Gustaf Fremred
ÅLDER: Areal av en noccoburk om den skulle vara 111,43cm hög
BOR: I fina Johannelund
HEMHEMMA: Hörnet
FAVORITMUSKEL: orbicularis oris
MATLÅDETIPS: 2 bananer och ett paket mamma scan
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Övar på allt jag ännu inte är bäst på
MOTTO: Man kan aldrig göra bättre än sitt bästa!
TIPS TILL NÖLLAN: Utnyttja äldrekursare. Fråga mig, jag kan allt utom det jag inte kan!
"FUN FACT" OM MIG: Jag dansar pardans med Elin Hagrydh, utför ibland andras skolarbeten för en billig peng och har ett mer viralt YouTube-klipp än Evelina!
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Utmana mig i torra skämt-battle. Elias är domare! Nöllan med roligast skämt under mottagningen vinner ett pris!



NAMN: Belinda Lynbech Ström
ÅLDER: 24 år
BOR: Södra Ekkällan
HEMHEMMA: Linkan!
FAVORITMUSKEL: Diafragma
MATLÅDETIPS: Korvstroganoff, pasta och broccoli <3
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Simtränar, umgås med familj och vänner, lagar mat med musik och ett glas vin
MOTTO: Problem är till för att lösas
TIPS TILL NÖLLAN: Glöm inte bort att belöna dig själv och prioritera vad du tycker är kul mellan studierna.
"FUN FACT" OM MIG: Jag har bott och jobbat i fem olika länder
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Ge mig tips på unika dykplatser i världen

NAMN: Nathalie Johansson (Nalle)
ÅLDER: 25
BOR: Tannefors
HEMHEMMA: Bästkusten<3
FAVORITMUSKEL: sternocleidomastoideus pga världens roligaste namn
MATLÅDETIPS: ja, du kan ha den i väskan i fyra timmar utan att den blir dålig
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Deltar i crossfit-sekten, hänger med polare varvat med partaj!
MOTTO: "vill man så kan man"
TIPS TILL NÖLLAN: Uttala ALLTID calcaneus rätt inför Paul för att undvika utskällning 21
"FUN FACT" OM MIG: Har på något vis lyckats få lägenhet i samma hus som Alle och Lalle<3 (Alice och Lina L)
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Rabbla crossfit-termer, rappa HOVI-texter



GRUPP BLÅ



NAMN: Hilda Linné
ÅLDER: 21
BOR: T1
HEMHEMMA: Simhallen/Linkan
FAVORITMUSKEL: Rectus abdominis såklart!
MATLÅDETIPS: Pasta ala carbonara
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Tränar simning, hänger med vänner eller slappar framför tvn.
MOTTO: "Fortsätt simma" - Doris
TIPS TILL NOLLAN: Fråga ut oss faddrar om boktips och annat som ni tror kan vara bra att veta.
"FUN FACT" OM MIG: För att överleva har jag har alltid minst 6 sorters pasta i skafferiet
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Utmana mig i att springa valfritt antal meter men max antal meter är 40m!

NAMN: Fredrik Karlsson
ÅLDER: 27
BOR: Södra Ekkällan
HEMHEMMA: Linköping, Skeda
FAVORITMUSKEL: M. popliteus
MATLÅDETIPS: Kom ihåg att faktiskt ta med den till skolan!
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Mycket träning av olika slag, och spenderar lite för mycket tid med att spela datorspel.
MOTTO: För Sverige i tiden.
TIPS TILL NOLLAN: Sök på Sam Webster och Agne Paulsson på Youtube!
"FUN FACT" OM MIG: Har en tå för lite på grund av klantighet.
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Prata med en riktigt fin östgötskt dialekt!





NAMN: Lina Karlsson (Kalle)
ÅLDER: 20 år
BOR: Hejdegården
HEMHEMMA: Helsingborg
FAVORITMUSKEL: Självklart Sternocleidomastoideus
MATLÅDETIPS: Allt med grönsaker är en hit
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Fångar bollar framför ett mål och deltar i crossfit-sekten på deltid.
MOTTO: KÖR BARA KÖR
TIPS TILL NOLLAN: En cykel och ett bra lås är värt att investera i
"FUN FACT" OM MIG: Har aldrig ätit kött, ingår i Alle-familjen.
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Sjung "Oh boy" med din bredaste skånska

NAMN: Oskar Edwardsson
ÅLDER: 23
BOR: Hejdegården
HEMHEMMA: Sveriges finaste stad - Jönnet
FAVORITMUSKEL: Flexor Digitorum Superficialis
MATLÅDETIPS: Kyckling och ris utan sås 7 dagar i veckan
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Tränar allt annat än ben
MOTTO: Jag gör arbetet
TIPS TILL NOLLAN: Dubbelkolla vilket datum NÖllningen börjar...
"FUN FACT" OM MIG: Årets mål i Division 5 Småland Nordvästra 2019
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Berätta varför Jönnet är goast



NAMN: Isa Lindström
ÅLDER: 25
BOR: Linköping
HEMHEMMA: Hishult och Ängelholm
FAVORITMUSKEL: Piriformis
MATLÅDETIPS: Lasagne.
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: åker rullskridskor.
MOTTO: Be gay, do crime - Stonewall was a riot.
TIPS TILL NOLLAN: Cykla inte utan hjälm, gör alltid tentan och kolla in Agne Paulsson på youtube.
"FUN FACT" OM MIG: Spegelar alltid dialekt med den jag pratar med. Subtilt på svenska, riktigt grovt på engelska.
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: sjung låten Hishultabörje tillsammans med mig!

GRUPP RÖD



NAMN: Elin Hagrydh

ÅLDER: 22

BOR: I fina Johannelund

HEMHEMMA: Vänersborg (även kallat Vbg)

FAVORITMUSKEL: Obturatorius interni

MATLÅDETIPS: Glöm matlådan hemma, så har du matlåda till dagen efter

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Vinterbada och spela olika sporter, men framförallt vinterbada

MOTTO: Tid är relativt

TIPS TILL NÖLLAN: Jeans är oxå blått

"FUN FACT" OM MIG: Dansar pardans med Gustaf Fremred

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Gör ett prank på Olle

NAMN: Olle Ulfvengren

ÅLDER: 21

BOR: Skägget bror

HEMHEMMA: Stockholmsch

FAVORITMUSKEL: Biceps brachii, alla huvuden

MATLÅDETIPS: Gains

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: pumpar biceps och rasker

MOTTO: All in.

TIPS TILL NÖLLAN: Diskopumpa under pluggpausen

"FUN FACT" OM MIG: Har stora biceps

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Visa mig en bicepsövning





NAMN: Johanna Wall
ÅLDER: 20 år
BOR: Bredvid sporthallen
HEMHEMMA: Linkan
FAVORITMUSKEL: Sternocleidomastoideus
MATLÅDETIPS: Lasagne i alla dess former
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Kastar boll i sportis
MOTTO: Antingen så går det bra eller så går det över
TIPS TILL NOLLAN: Glöm inte bestick!!!
"FUN FACT" OM MIG: Äter mer än gärna popcornkärnorna i botten av en popcornskål
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Berätta hur man cyklar upp för en uppförbacke utan att bli trött

NAMN: Alice Lindell (Alle)
ÅLDER: 22
BOR: Fina fina Tannefors
HEMHEMMA: Linkan, born and raised
FAVORITMUSKEL: Rectus abdominis
MATLÅDETIPS: Använd större matlåda än du tänkt, man blir väldigt hungrig!!
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Det mesta som inte innefattar plugg varav en hel del av tiden spenderas på innepinne..
MOTTO: "Livet är för kort för godisförbud".
TIPS TILL NOLLAN: Undvik mikrorummet på ballen kl. 12:05.
"FUN FACT" OM MIG: Sover sällan längre än 8, oavsett läggtid.
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Berätta ditt bästa skämt, är ganska lättroad.



NAMN: Patrick Olsson
ÅLDER: 19
BOR: Hemhemma
HEMHEMMA: Skäggetorp
FAVORITMUSKEL: Olles biceps
MATLÅDETIPS: Mamma gör dem. Lägg inte i varma mackor det blir gojs. 18 nuggets på BK är också najs.
DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Krökar i Jontes korridor och försover mig till föreläsningar
MOTTO: Den man ligger med får bädda
TIPS TILL NOLLAN: Fråga inte mig om plugg, jag hittar genvägar.
"FUN FACT" OM MIG: Slängde i 5 av mammas mobiler i toaletten som barn.
OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Massage går alltid hem, vinn över mig i att häva

GRUPP LILA

NAMN: Linn Karlsson

ÅLDER: 20

BOR: Irrblosset

HEMHEMMA: Oaklake

FAVORITMUSKEL: Hjärtat <3

MATLÅDETIPS: Laga många portioner och frys in i fryspåsar

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Gymmar, umgås med vänner och tittar på NBA och SBL.

MOTTO: Jul är kul

TIPS TILL NÖLLAN: Använd hjälm på festerna, framförallt om den inkluderar segwaytävling. Annars slutar det som för mig...

"FUN FACT" OM MIG: Har fått lappa ihop huvudet på akuten efter en sommarfest

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Dela med dig av ditt bästa matlåderecept (helst vego)



NAMN: Eddie Runsten Fitz

ÅLDER: 28 Katastrofalborgar

BOR: : Korridor i Ryd <3

HEMHEMMA: Upptown, aka Uppsala

FAVORITMUSKEL: Tibialis anterior - Heelysmuskeln

MATLÅDETIPS: Supergrytan. Recept kan ges till eminenta fjäskare

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Allt som inte står på "att göra"-listan

MOTTO: Education is important, but big biceps are importanter

TIPS TILL NÖLLAN: Du står inför två oförglömliga veckor, bara njut och låt dig ryckas med i allt kull! Bonustips: Att hålla sig till hetsens fader. Jonte innebär alltid maxat med kul (samt promille)

"FUN FACT" OM MIG: Äger en egen Benjamin (anatomiskelett). Hans identitet tillhörde en av lagkamraterna från min egen nöllning som inte höll måttet gällande uppdrag och fjäsk

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Dra en snapsvisa för/med mig! Att skriva en egen tar dig direkt upp till fjäskpoängligans toppskikt!!

ÅLDER: Molly Ljunggren

ÅLDER: 21

BOR: Hejdegården

HEMHEMMA: I de småländska skogarna. Lyckligtvis utan den fruktansvärda dialekten.

FAVORITMUSKEL: Erector spinae

MATLÅDETIPS: Glöm inte bestick

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: (försöker) lyfta tungt och umgås med sköna människor

MOTTO: Ingen tar dig lika seriöst som du själv

TIPS TILL NÖLLAN: Utnyttja äldrekursare till plugg, vi gillar att hjälpa till

"FUN FACT" OM MIG: Har överrörliga PIP-leder

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Få mig att skratta (tips: gör bort dig)



NAMN: Maja Hugosson

ÅLDER: 22

BOR: Vasastan

HEMHEMMA: Oaklake

FAVORITMUSKEL: Piriformis

MATLÅDETIPS: Gör jäkligt mycket mat, och olika maträtter, på en gång - gött med variation och du slipper laga ofta

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Tar pendeln till Motala

MOTTO: Är dom små får man ta två

TIPS TILL NÖLLAN: Man blir fullare på fulvin än vad man tror

"FUN FACT" OM MIG: Fick hjärnskakning när jag skulle göra "Dirty Dancing lyftet"

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: och någon mer i gruppen sätta "Dirty Dancing lyftet" (OBS var nyktra) <3

NAMN: Lotten Kindlundh

ÅLDER: 21

BOR: Korridor i Ryd

HEMHEMMA: Ljungby

FAVORITMUSKEL: Latissimus dorsi

MATLÅDETIPS: Något med få ingredienser

DET HÄR GÖR JAG HELST PÅ FRITIDEN: Springer lite vilse och chillar mycket

MOTTO: Det jag inte gör idag kan jag göra imorgon

TIPS TILL NÖLLAN: Sov på saken

"FUN FACT" OM MIG: Har alltid en påse potatis i garderoben, vilket resulterar i att en potatis ibland följer med i skolväskan

OM DU SKA FJÄSKA FÖR MIG SKA DU: Ge mig ditt bästa serietips



Samlade kontaktuppgifter

KraFTen

General, Alva Amrén - 0706803040

General, Isabell Thorstenson - 0727453041

Ekonomi & Spons, Eric Ahl - 0708885271

Ekonomi & Spons, Carl Walter - 0730873066

Design & Media, Edwin Pakiam - 0730357053

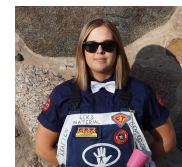
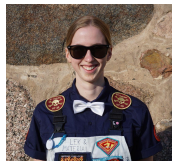
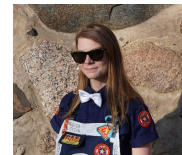
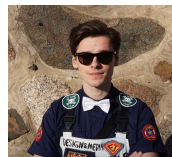
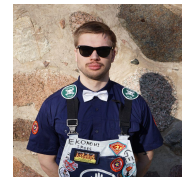
Design & Media, Hanna Borg - 0701411963

Sittning, Nejla Jusupovic - 0736561618

Sittning, Agnes Andersson - 0727291416

Lek & Material, Emilia Bly - 0760374311

Lek & Material, Frida Karlson - 0730791173



Samlade kontaktuppgifter

Faddrar, Grupp lila

Linn Karlsson - 0702286215
Lotten Kindlundh - 0738423342
Molly Ljunggren - 0760150022
Maja Hugosson - 0766299099
Eddie Runsten Fitz - 0731831017

Faddrar, Grupp grön

Anna Ottink - 0725545230
Jonatan Stenqvist - 0702737283
Therese Letalick - 0760396447
Ebba Hjelm - 0738105683
Rebecka Wallberg - 0728895412

Faddrar, Grupp vit

Evelina Knutsson - 0702772618
Emil Svensson - +358 40 1803460
Emma Carlsson - 0734011296
Vanda Valeskog - 0722057619
Ida Thelander - 0723948752
Hanna Wagner - 0725431522

Faddrar, Grupp gul

Elias Kalathakis - 0735321364
Lina Larsson - 0760088626
Gustaf fremred - 0703643440
Belinda Lynbech Ström - 0768192975
Nathalie Johansson - 0768441984

Faddrar, Grupp röd

Elin Hagrydh - 0706628998

Olle Ulfvengren -

Patrick Olsson - 0707971021

Johanna Wall - 0722156784

Alice Lindell - 0763643365

Faddrar, Grupp blå

Fredrik Karlsson - 0722055926

Oskar Edwardsson - 0722034885

Hilda Linne - 0768350944

Isa Lindström - 0709816710

Lina Karlsson - 0763975960

VÅRA SAMARBETSPARTNERS OCH SPONSORER

